

ЭЛЕКТИВЫ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ПРОЦЕССА РЕГУЛЯЦИИ АДАПТАЦИИ СТУДЕНТА- ПЕРВОКУРСНИКА

Золотарева В.В., Трифонова С.А., Поликарпов В.В.

Ярославская государственная медицинская академия, Россия

Программы элективов, разработанных на кафедре педагогики и психологии, для студентов первого курса лечебного, педиатрического и фармацевтического факультетов ЯГМА направлены на обеспечение процесса адаптации студентов-первокурсников к обучению в вузе, формирование у студентов младших курсов мотивации на личностный и профессиональный рост, улучшение взаимодействия в учебной группе, установления контактов с преподавателем. Программа элективных курсов включает в себя три основных блока:

- психология общения;
- психология саморазвития;
- психология саморегуляции.

Электив «Психология общения» предусматривает 36 часов лекционных и практических занятий, тренинговых форм обучения для развития навыков и умений общения. Задачи курса: 1) выявление личностных затруднений в общении и первичная работа с ними; 2) выработка начальных навыков эффективного общения и уверенного поведения на учебных занятиях, на экзаменах, в будущей врачебной практике. Курс дает начальную подготовку для будущего врача к общению с пациентом.

Содержание курса включает в себя теоретический анализ общения как процесса, его задачи и функции, основные закономерности и условия эффективного общения. Особое внимание уделяется проблеме общения в системе «врач – пациент», деловому общению. На практических занятиях отрабатываются приемы вербального общения, освоение невербальной коммуникации, уверенное поведение, т.е. умение строить отношения в желаемом направлении. Анализируются личные позиции, установки в процессе общения, проводится работа по формированию качеств личности, необходимых для эффективного общения как врача, так и провизора. Так, рассматривается понятие эмпатии как способности понимать психическое состояние окружающих людей, «вчувствования», эмоционального отклика, сопереживания, эмоциональной идентификации с другими. Подчеркивается значение обратной связи как информации о влиянии нашего поведения на других людей. В деловом общении неизбежны конфликты, и в связи с этим актуальна проблема общения в конфликтных ситуациях. На тренинговых занятиях отрабатываются стратегии взаимодействия в

конфликтной ситуации, обсуждаются их достоинства и ограничения; навыки бесконфликтного общения. Особое место занимает тема общения в работе врача: условия возникновения контакта, фазы контакта, виды слушания, особенности восприятия врачом больного ребенка, причины конфликтов во взаимодействии врача и пациента, врача и родственников ребенка и др.

Элективный курс «Психология саморазвития» ставит своей основной задачей выявление личностных затруднений, выработку начальных навыков совладания с трудными стрессовыми ситуациями, возникающими во время обучения в медицинской академии и будущей врачебной практике. Курс дает возможность для процесса личностного роста и социально-психологической зрелости студента первокурсника. Курс дает начальную подготовку для будущего врача в области организации эффективного ресурсного взаимодействия с коллегами и пациентами. Он предполагает усвоение некоторых теоретических знаний в области психологии личности, которые могут быть использованы в освоении курса по психологическим аспектам деятельности врача на втором курсе. Курс также предполагает 36 часов лекционных, практических и тренинговых занятий, на которых рассматриваются способы и методики моделирования ресурсных состояний личности, механизмы актуализации скрытых ресурсов, психология самозащиты. Студенты отрабатывают навыки рефлексивного мышления и конструктивного использования своего воображения, у них формируется способность к самонаблюдению и самоанализу своих субличностей. Внимание уделяется личностной зрелости как способности человека находить опору внутри себя, распознавать свои истинные потребности, самостоятельно строить свою жизнь и брать на себя ответственность за это. Даются понятия локуса контроля и локуса каузальности, основы психосинтеза. Большой интерес у студентов вызывает тема «Проектирование собственной жизни», где раскрывается понятие смысла жизни (включая страдание, любовь), осознание смерти и ограниченности жизни для понимания смысла жизни, осознание «Я-реального» и «Я-идеального», а также того, кем человек является и кем он мог бы быть.

Занятия электива «Психология саморегуляции» для студентов первого курса проводятся на базе санатория-профилактория академии. В специально оборудованном кабинете психотерапии под руководством врача психотерапевта студенты обучаются техникам релаксации и самовнушения. Занятия проводятся в небольших группах по 10-12 человек с учетом личностных особенностей каждого студента. С первого года обучения студенты получают сведения об основных законах психической деятельности, о возможных методах регуляции вегетативных функций организма. Очевидно, что для многих перво-

курсников отрыв от привычного социума (родители, школа, друзья) является серьезным стрессом, а в ряде случаев способствует развитию психосоматических заболеваний. Поэтому период адаптации к процессу обучения в высшей школе затягивается. В этой связи крайне важным и нужным является тесный контакт первокурсника с психологом, психотерапевтом. Общение с профессионалом помогает начинающему студенту-медику не растеряться в новых условиях жизни, не потерять интерес к обучению, сохранить психическое и физическое здоровье.

В качестве дополняющего основной курс элективов студентам младших курсов предлагается программа электива «Приемы и техники успешного обучения в медицинском вузе». Курс предполагает ознакомление в течение 18 часов с особенностями обучения в медицинском вузе, изучение факторов успешности учения, освоение необходимых дидактических умений, развитие познавательных процессов, выработку эффективного поведения на занятиях и экзаменах. В качестве факторов успешного обучения в данном вузе отмечается регулярность в учебной деятельности, социальная ответственность и добросовестность, эмоциональная стабильность, самоконтроль, потребность в достижении и т.д. Разъясняются основные формы организации учебного процесса в вузе (специфика лекций, семинарских и практических занятий), планирование и организация самостоятельной работы, формы контроля знаний. На занятиях много времени уделяется развитию познавательных процессов, имеющих огромное значение как для обучения, так и для будущей деятельности врача. Осваивается мнемотехника как система различных приемов, облегчающих запоминание и увеличивающих объем памяти. Студенты знакомятся с технологиями подготовки к экзаменам с учетом знаний об индивидуальных особенностях психики, с основами стресс-менеджмента в связи с экзаменационной ситуацией, приемами релаксации и активизации мыслительной деятельности.

Таким образом, структура взаимосвязанных и взаимодополняющих друг друга элективов на младших курсах, предлагаемых кафедрой педагогики и психологии ЯГМА, создает систему социально-психологических знаний, умений и навыков для эффективного поведения студентов на всем протяжении обучения в академии, формирует основу для развития профессионально-важных качеств врача.